

Besser Leben - Die App:

Lebenshilfe für Jedermann auf dem Smartphone!

Es braucht manchmal gar nicht viel, um das eigene Leben wieder in den Griff zu bekommen und um neuen Schwung zu sammeln. Der eine braucht ein Patentrezept gegen Stress, ein anderer sucht Hilfestellungen bei einem Partnerschaftsproblem oder eine Anleitung zur Erhöhung der eigenen Fitness. "Besser Leben" für iPhone, iPad und Android-Geräte bringt einen bunten Strauß kreativer Anweisungen, Tipps und Übungen mit, die sich ganz einfach in den Alltag integrieren lassen - und sofort für erste Resultate sorgen.



Kurz zusammengefasst:

- App-Neuheit: "Besser Leben" 1.0
- Universal-App für iPhone, iPod touch, iPad und Android-Geräte
- Das eigene Leben entspannter und glücklicher leben
- Zahlreiche Übungen zu Ernährung, Partnerschaft, Fitness, Stress - Alle Übungen werden auf Wunsch laut vorgelesen
- Die Lieblingsübungen lassen sich als Favoriten speichern
- Inhalte werden beim ersten Start nachgeladen
- Link: <http://www.besserleben.mobi>

Manchmal sind es nur ganz kleine Anregungen, die nötig sind, um das eigene Leben besser in den Griff zu bekommen. Die Universal-App "Besser Leben" von Jeffrey Wipprecht gibt aktive Lebenshilfe. Die App "Besser Leben" bietet viele Anweisungen und Übungen an, die zur besseren Übersicht in diese fünf globalen Themen eingebunden sind:

- Ernährung
- Partnerschaft & Liebesleben - Fitness
- Stress abbauen
- Wellness

Sobald sich der Anwender für einen Bereich entscheidet, bietet die App viele thematisch passende Beiträge an. Zum Thema "Stress abbauen" hält die App etwa Texte wie "Stress erkennen", "Kohlenhydrate sorgen für gute Laune", "Einen freien Kopf durch Kopfkino", "Entspannt am Arbeitsplatz", "Stille Stunde gegen puren Stress" oder "Boreout statt Burnout" bereit.

Jeffrey Wipprecht, Synchronsprecher und Ideengeber der App: "Passend zu den angebotenen fünf Lebensbereichen hält 'Besser Leben' eine solche Fülle an Informationen und Übungen bereit, dass wirklich jeder Anwender etwas lernen und eine Lehre für das eigene Leben daraus ziehen kann.

Es ist erstaunlich, mit welchen Kleinigkeiten sich das Leben angenehmer gestalten lässt."

Zu jeder Infoeinheit präsentiert die App ein Foto und einen plakativen Text. Der lässt sich am Bildschirm lesen, gern aber auch per Buttondruck laut vorsprechen. Besonders interessante Anweisungen, Übungen und Informationen können per Fingerzeig als Favorit angelegt und auf diese Weise schnell wiedergefunden werden.

Die Universal-App "Besser Leben" 1.0 (5.2 MB) ist im App Store für das iPhone, den iPod touch, das iPad sowie aller Android-Geräte verfügbar - und in der Kategorie "Lifestyle" zu finden. 100 Beiträge (ca. 100 MB) werden einmalig nach dem ersten Start aus dem Netz nachgeladen.

Jeffrey Wipprecht - Garibaldistraße 8 - 13158 Berlin Germany

Tel.: +49 30 – 290 47 392

E-Mail: jeffrey@wipprecht.net

Internet: <http://www.besserleben.mobi>